



«Das habe ich noch nie versucht,
daher bin ich völlig sicher,
dass ich es schaffe!»

Pippi Langstrumpf

RESILIENZ – wie wir unsere regulierende Kraft stärken können ... und was Pippi Langstrumpf und die Resilienz verbindet

Resilienz ist eine wunderbare Kraft, die uns dabei unterstützt, Herausforderungen, Widrigkeiten und Stress zu bewältigen. Oft wird sie auch als das «Immunsystem der Seele» bezeichnet. Diese innere Widerstandsfähigkeit tragen wir Menschen seit jeher in uns. Doch weil wir sie meist erst ausserhalb unserer Komfortzone benötigen, ist sie uns nicht immer vertraut. Umso wertvoller ist es, den Zugang zu unserer eigenen Resilienz gezielt zu stärken.

Impulsreferat von Barbara Lozza

16. Juni 2026 19 Uhr
mit anschliessendem Apéro

Bever-Lodge vis-à-vis Bahnhof Bever

Anmeldung bis 8. Juni
(beschränkte Platzzahl)
per Mail an barbara.lozza@bluewin.ch
079 431 31 47

Herzlich willkommen :-)